



## 実り・慶び・文化の秋

11月3日は全国的に晴れの特異日。小学校や総合センター、ふるさと会館などでは文化祭、農協前では恒例の農業祭が行われ、近年にない人出で大賑わい。見事な紅葉や抜けるような青空のもとで楽しい文化の日を過ごしました。

### 主な内容

- 第7回24時間耐久リレーマラソン…②③
- 蒲生つるかめ園が完成……………④⑤
- 健康クラブ通信……………⑦
- 連載 里創プラン……………⑧⑨
- 東京発・文芸……………⑫⑬
- お知らせ……………⑭⑮

(この広報は再生紙を使用しています)

10月4日(土)～5日(日)

## 24時間 耐久リレーマラソン開催

参加は52チーム(過去最高)



チームワークと自己体力で、二十四時間走り続け、二・一三のコースを何周できるかを競う『24時間耐久リレーマラソン』が十月四日・五日の両日、町のクロスカントリーコースで行われました。

一チーム十人以内の選手が、交代で二十四時間走り抜き、その走った距離の合計を競うというこのレースも今年で七回目を数え、県内各地から集まった選手は五十二チームと過去最高の



▲10月4日、正午にスタート

参加者数となりました。

優勝は、初出場の十日町地域消防本部のTFD津南with H<sup>2</sup>。走破距離は昨年の東京電力福島には及ばなかったものの歴代二位の記録、若い力で他を圧倒しました。

参加チームの内訳は、町内の十チームのほか、上越地域七市町村で十、中越も七市町村で二十、下越は八、佐渡地域からも四チームを数えました。中でも柏崎市からは十一、新潟市から

▼手を入れるだけでセンサーがゼッケンを記録します。

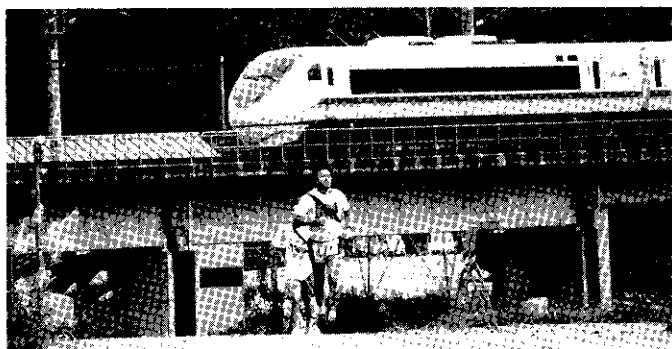
### 最多周回記録

- 第1回(平成3年)参加10チーム  
TEPCO激走会(柏崎市)  
165周 351.45km
- 第2回(平成4年)参加30チーム  
TEPCO激走会(柏崎市)  
174周 372.42km
- 第3回(平成5年)参加33チーム  
TEPCO激走会(柏崎市)  
176周 376.08km
- 第4回(平成6年)参加39チーム  
TEPCO激走会(柏崎市)  
177周 378.21km
- 第5回(平成7年)参加44チーム  
TEPCO激走会(柏崎市)  
179周 382.37km
- 第6回(平成8年)参加48チーム  
東京電力福島(福島県)  
186周 397.78km
- 第7回(平成9年)参加52チーム  
TFD津南 with H<sup>2</sup>(十日町市)  
180周 383.50km

▼記録を更新した町内参加トップの  
奴奈川チーム



▶スーパー特急の乗客も選手たちを見つめています。今年から「はくたか」も選手を応援しました。



# 第7回 『ロ・マン24inまつだい』24時間耐久リレーマラソン成績表

## 第7回

## ロ・マン24 in まつだい



は五チームが参加しています。また、平成三年からの連続七回出場は六チーム、六回が九チーム、初出場は十一チームでした。昨年、骨髄バンクへの理解を求めて村上市から二百二十名の道をりをゼッケンでつなぐ日本海沿岸縦走自転車リレーで話題となった「骨髄バンクを育てる

会」も初参加、感動を胸にして、みごと完走しました。また、今大会からパソコンと直結した自動計数機により周回記録の集計も迅速・確実に行えるようになり、役員の負担軽減に威力を発揮しました。なお、チーム別の詳しい成績は、別表のとおりです。

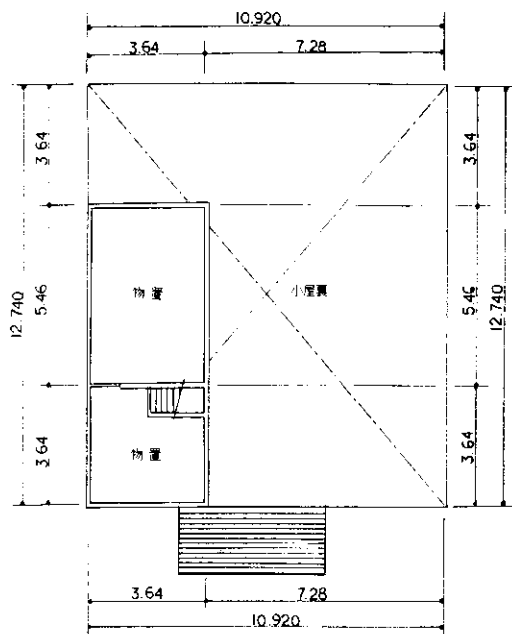
### 女性だけのチームも参加



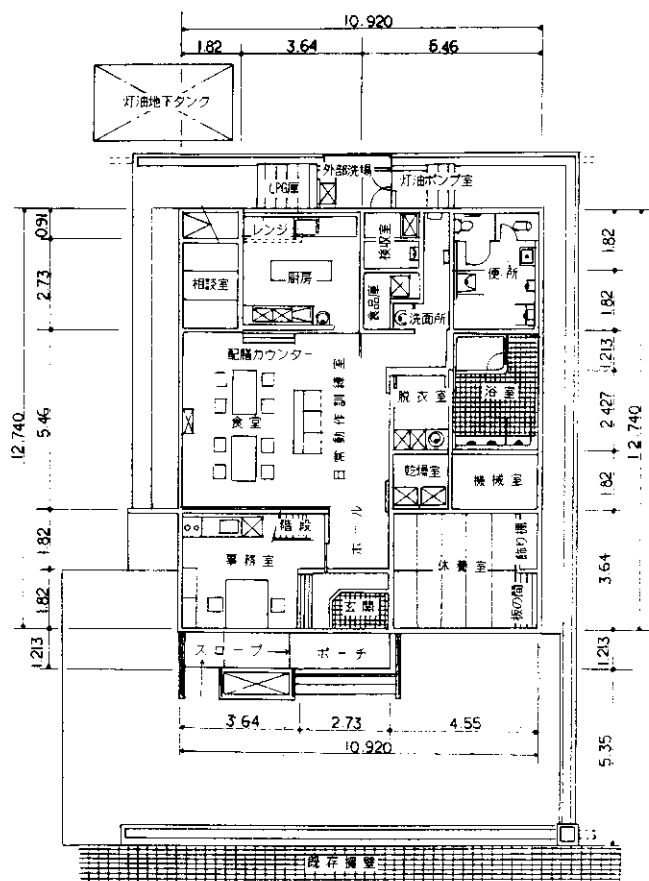
| 順位 | チーム名                        | 所在地   | 出場  | 周回数   | 走破km   |
|----|-----------------------------|-------|-----|-------|--------|
| 1  | T F D津南 with N <sup>2</sup> | 十日町市  | 1 回 | 1 8 0 | 383.50 |
| 2  | 東芝柏崎                        | 柏崎 市  | 6 " | 1 7 3 | 369.99 |
| 3  | T E P C O 激走会               | 柏崎 市  | 7 " | 1 6 9 | 361.17 |
| 4  | ドルフィンズ                      | 塩 沢 町 | 2 " | 1 5 9 | 340.07 |
| 5  | 宇都宮駅伝部                      | 十日町市  | 6 " | 1 5 9 | 338.97 |
| 6  | ランニングスピリッツ妙高                | 妙 高 村 | 4 " | 1 5 0 | 320.30 |
| 7  | oh!ファイト奴奈川                  | 松 代 町 | 7 " | 1 4 7 | 314.31 |
| 8  | 酒 R U N 24                  | 妙 高 村 | 3 " | 1 4 6 | 312.88 |
| 9  | 県職中魚沼走遊会                    | 十日町市  | 6 " | 1 4 5 | 310.25 |
| 10 | 高橋組ランナーズ                    | 松之山町  | 4 " | 1 4 5 | 310.05 |
| 11 | 新潟合庁さわやかランナーズ               | 新 潟 市 | 1 回 | 1 4 4 | 308.82 |
| 12 | なにわ亭                        | 柏崎 市  | 4 " | 1 4 4 | 308.32 |
| 13 | じょんのび Time's 東芝             | 柏崎 市  | 1 " | 1 4 3 | 305.69 |
| 14 | 過激クラブ・柏崎刈羽                  | 柏崎 市  | 6 " | 1 4 2 | 304.36 |
| 15 | 三尺玉爆走会                      | 長 岡 市 | 6 " | 1 4 0 | 298.30 |
| 16 | 上越市安江走ろう会                   | 上 越 市 | 7 " | 1 3 7 | 293.31 |
| 17 | 新潟土木「ガッツだぜ」                 | 新 潟 市 | 2 " | 1 3 7 | 292.81 |
| 18 | 関電工走狼会                      | 柏崎 市  | 3 " | 1 3 6 | 290.38 |
| 19 | T E P C O 激走会 part 2        | 柏崎 市  | 6 " | 1 3 5 | 287.55 |
| 20 | T E A M ひとり娘                | 巻 町   | 1 " | 1 3 3 | 284.39 |
| 21 | 頸城走遊会                       | 頸 城 村 | 5 回 | 1 3 2 | 283.26 |
| 22 | 小千谷土木事務所小出分所                | 小 出 町 | 2 " | 1 3 2 | 283.06 |
| 23 | 松代分所ブーメランズ                  | 松 代 町 | 7 " | 1 3 2 | 281.56 |
| 24 | T E P C O 激走会 part 3        | 柏崎 市  | 4 " | 1 3 1 | 280.43 |
| 25 | ルーラルランナーズ                   | 新 潟 市 | 4 " | 1 3 1 | 279.73 |
| 26 | 三条トレーニングクラブ                 | 長 岡 市 | 3 " | 1 3 1 | 279.13 |
| 27 | チーム '94                     | 浦川原村  | 5 " | 1 3 1 | 279.03 |
| 28 | Dreams Come True            | 松 代 町 | 1 " | 1 3 0 | 277.00 |
| 28 | N T T 上越「前へ進む会」             | 上 越 市 | 3 " | 1 3 0 | 277.00 |
| 30 | コリーズ                        | 柏崎 市  | 2 " | 1 2 9 | 276.77 |
| 31 | 中頸城走遊会                      | 上 越 市 | 5 回 | 1 2 9 | 276.57 |
| 32 | 富士通機電                       | 新 潟 市 | 6 " | 1 2 8 | 274.54 |
| 33 | Lively TAISEI 走ろう会          | 新 潟 市 | 2 " | 1 2 8 | 272.64 |
| 34 | 気合・根性・体力                    | 松 代 町 | 6 " | 1 2 7 | 272.61 |
| 35 | ヒメリバーRC                     | 糸魚川市  | 4 " | 1 2 7 | 271.71 |
| 36 | 朱鷺の里をさわやかに走る会               | 新 穂 村 | 1 " | 1 2 7 | 271.41 |
| 37 | 相川ランナーズ再び                   | 相 川 町 | 2 " | 1 2 7 | 270.51 |
| 38 | じょんのびドボッキー                  | 柏崎 市  | 1 " | 1 2 6 | 268.38 |
| 38 | 佐渡暴飲暴走連合                    | 相 川 町 | 3 " | 1 2 6 | 268.38 |
| 40 | '97「アップ三和」                  | 三 和 村 | 2 " | 1 2 5 | 267.35 |
| 41 | ねら、はしれら一会                   | 松 代 町 | 1 回 | 1 2 2 | 261.96 |
| 42 | Super Hop's                 | 松 代 町 | 1 " | 1 2 1 | 259.43 |
| 43 | 相川ランナーズ                     | 相 川 町 | 6 " | 1 2 1 | 258.03 |
| 44 | 小千谷土木事務所                    | 小千谷市  | 3 " | 1 1 9 | 255.57 |
| 45 | B・B・Cヘーンズ                   | 松 代 町 | 3 " | 1 1 8 | 251.84 |
| 46 | J A しぶみランナーズ                | 松 代 町 | 7 " | 1 1 7 | 250.81 |
| 47 | 骨髄バンク&マルク'S                 | 村 上 市 | 1 " | 1 1 6 | 248.38 |
| 48 | しあわせ爆走計画                    | 三 条 市 | 1 " | 1 1 5 | 245.95 |
| 49 | 浜海ベアーズ                      | 松 代 町 | 4 " | 1 1 4 | 242.82 |
| 50 | おっぺけぺけ〜ず                    | 柏崎 市  | 4 " | 1 1 0 | 236.30 |
| 51 | ひとつ屋根の下ガッツウーマンチーム           | 巻 町   | 2 " | 1 0 9 | 232.37 |
| 52 | 松代町商工会青年部                   | 松 代 町 | 7 " | 1 0 4 | 221.52 |

# 蒲生小規模デイサービスセンター つるかめ園 (☎ 7-3028)

## 二階平面図



## 一階平面図



松平神社

蒲生保育園が  
生まれ変わりました。

児童福祉施設から  
高齢者福祉施設へ

蒲生小規模

デイサービスセンター

『つるかめ園』完成

十月二十七日、旧蒲生保育園  
を改築した高齢者施設つるかめ  
園（蒲生小規模デイサービスセ  
ンター）が開所しました。

ターは、一日八人程度の高齢者  
を対象に、寮母二人が常駐し、  
機能訓練、給食、入浴や健康相  
談などのサービスを行います。  
主な対象集落は、寺田、儀明、

名平、蒲生です。  
皆様のご利用をお待ちしてい  
ます。

## 『つるかめ園』の一日

- 8:30 迎いのバス出発
- 9:30 利用者到着、余暇活動、お茶、おやつ
- 11:45 昼食
- 12:15 お昼寝
- 13:15 健康チェック
- 13:30 入浴、休息、余暇活動
- 15:00 お茶・おやつ
- 15:30 送りのバス出発

蒲生『つるかめ園』 ☎ 7-3028  
松代『ほのほの園』 ☎ 7-3700



▲完成した蒲生小規模デイサービスセンター  
正面には、駐車場も完備しています。

## 新潟県高齢者

総合相談センター  
テレホンサービスのご案内

☎025-281-5550

(24時間年中無休)

《11月17日～11月30日》

高齢者のおしゃれ

《12月1日～12月15日》

医療機関の上手なかかり方

《12月16日～1月4日》

今からでも遅くない禁煙効果

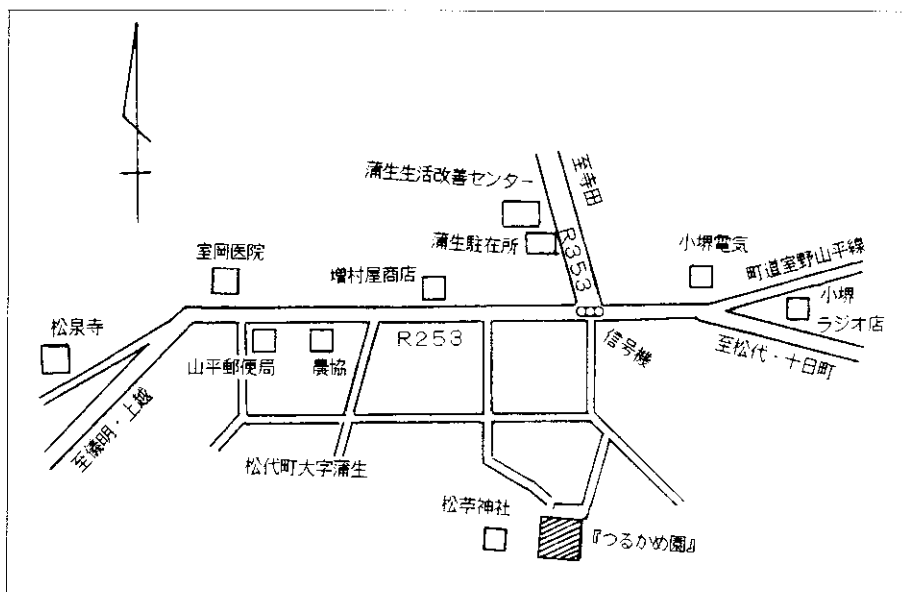
《1月5日～1月15日》

公的介護保険制度の概要

《1月16日～1月29日》

風邪は万病のもと

『つるかめ園』は ここです!!



## 国民年金の窓

明日のあなたを考えると……

年金 はあなたが 主人公!

10・11月は「国民年金制度推進月間」です



国民年金制度は、やがて迎える二十一世紀の高齢化社会を安心して暮らしていくために、なくてはならない制度です。新潟県では、毎年十・十一月を「国民年金制度推進月間」と定め、国民年金制度に対する理解を一層深め、より身近なものとしていただくため、積極的な事業を実施しています。

推進月間中は、国民年金について疑問に思っていることや、みなさんご自身の年金についてもっとよく知っていただくため松代町では、先月二十一日、町

総合センターで年金相談所を開設し、多くの方々が相談に訪れました。

また、国民一人ひとりに年金を身近で大切なものとして考えていただき、年金制度に対する信頼と愛着を深めてもらうことを目的に、十一月六日から十二日までを「年金週間」として定め、各種PRを行いました。

みなさんもこの機会に、ご自身の年金についてじっくり考えてみませんか?

「明日のあなたを考えると……」年金はあなたが主人公です!

町では、前年度(平成八年四月一日～九年三月三十一日)の一年間、医療給付を受けなかった国保世帯に対して、健康を祝した記念品をお贈りしているところですが、今年度は次の世帯が該当になりました。

健康は宝です。お互いが注意し合いながら『健康づくり』に努めましょう。

## 国保健康家庭紹介

国保健康家庭(集落別)

| **松代** |     |            |
|--------|-----|------------|
| 菅井     | ミヨ  | きんせん 六年    |
| 室岡     | ハナ  | 松栄館 二年     |
| 関谷     | チヨ  | 宮沢入住宅 一年   |
| 樋口     | 伊良  | キクヤ時計店 一年  |
| 関谷     | 昭平  | きむらや 一年    |
| 五十嵐    | 利一  | おたまじやくし 一年 |
| **菅刈** |     |            |
| 相澤     | 進   | うえのやま 二年   |
| 柳      | マサノ | はやし 一年     |
| **田沢** |     |            |
| 高橋     | 清雄  | ふくずみや 二年   |
| 宮澤     | 欣一  | はやし 一年     |
| **千代** |     |            |
| 柳      | 正男  | まさのや 三年    |
| 武田     | 春代  | よしや 一年     |
| 柳      | 正勝  | まさひろや 一年   |
| 中村     | 恵秀  | どう 一年      |
| **会沢** |     |            |
| 小野     | 島文雄 | したのさわ 一年   |
| 小界     | 長平  | 平十郎 一年     |
| 山本     | 芳雄  | よしや 二年     |
| 柳      | 親雄  | かんねん 一年    |
| 小林     | 幸二  | いんきよ 一年    |
| 柳      | 利文  | あらやしき 一年   |
| 安藤     | 輝顔  | きこうどう 一年   |

## 町外リハビリ教室

### ほくほくに乘って

松代町デイサービスセンターで月二回実施しているリハビリ教室は、機能回復とそれぞれの体力の維持を目的として行っています。日ごろから家の中に閉じこもりがちな障害者が自分の足で外に出ることにより、その成果と体力を認識し、孤独感の解消を図りたいと、十月九日、「ほくほく線で行く浦川原村・安塚町の旅」が計画されました。

当日は、予期せぬほどの秋晴れで、実習生として来町してい

た上越看護短大の実習生三名や教室参加者とそのご家族、ボランティアも含めて合計四十名で虫川大杉駅までのほくほくの旅を楽しみました。浦川原村の生



## 緑化フェア キャラバン隊

十月三十日、第十五回全国都市緑化フェアのキャラバン隊が松代

## 松代町を表敬訪問

町を表敬訪問しました。

この緑化フェアは、平成十年八月一日から十月十八日までの七十九日間、新潟県立鳥屋野潟公園と新潟市都市緑化植物園を主会場に開催されるもので、今回の訪問はその啓発活動の一環として行われたものです。

当日は、グリーンスマイルズに選ばれた三人のキャンペーンガールが事務局とともに役場を訪れ、記念品の贈呈をしたあと記念撮影をし、フェアの成功を訴えていました。



活福祉・保健センターで昼食をとり、安塚町のゆきだるま温泉や物産館にも足を伸ばし、秋の一日を有意義に過ごしました。

車椅子に乗っている方は障害者と呼ばれていますが、車椅子を使わなくては移動できない方にとっては階段やちよとした段差が障害となります。バリアフリーの社会を実現するために一つひとつ障害を乗り越え、積極的に行動していただきたいと思ひます。



ほくほく線の無事開業に伴い、日本鉄道建設公団松代建設所が九月三十日、惜しまれながら二十四年間の幕を閉じました。

事務所は、リサイクルの拠点集積所になる予定です。詳しくは、後日お知らせいたします。

## 防災映画チャリティー上映会 「マグニチュード」

国民の防災意識の高揚に寄与することを目的に制作された映画「マグニチュード」を下記の通り劇場上映します。

【日時】十一月二十二日(土)

十二月十二日(金)

【場所】新潟市万代一六一一

万代東宝2(新潟交通バスター

ミナルビル3階) ☎〇二五

二四三ー四一〇〇

※上映時間等、詳細については直接劇場にお尋ねください。

\*\*\*あらずじ\*\*\*

二十年前に発生した大地震の際、消防署員だった辰雄(田中邦衛)の出動中に、誠(緒方直人)は目の前で母美代子(高橋恵子)を失う。辰雄は妻を救えなかつた自責の想いが、誠は母を救えなかつた父への恨みが、互いの心を閉ざし、そのまま誠は母の実家に引き取られて……。

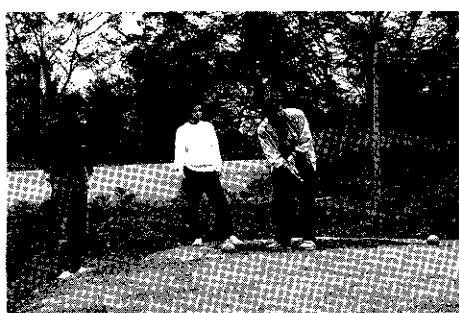
そして二十年後、誠は特別救助隊長となつて戻ってくる。再会した親子だが、お互い接点が見い出せない。そのうち、消防団員になつた辰雄と小学校教師の陽子(薬師丸ひろ子)が共同で実施した消火訓練で、生徒がボヤ騒ぎを起こし、父子の間はますます気まずくなつてしまふ。

これに落胆した辰雄は、消防団をやめ、漁の最中にケガをして入院した。その際、誠は父が二十年間調べてきた地震に関する膨大な資料を見つけ、辰雄への想いを改めると同時に、看病に当たっている陽子の秘密を知る。親子の絆が結ばれると思われた時に、再び地震が……。

## 第3回 秋季バタールゴルフ大会

十月二十五日、小雨の中を若男女に小学生も加わり、芝峠温泉フラワーガーデンパターゴルフ場で楽しく競い合いました。結果は次のとおりです。

優勝 五十嵐利一  
準優勝 武田篤 三位 高橋清  
ブービー賞 樋口芳男  
猛打賞 鈴木 利雄  
長老賞 小堺 ハナ(77歳)



▲バタールゴルフで楽しいひとときを

# 健康倶楽部通信

その24  
by  
栄養士

## 『減塩』

### を忘れずに！

日に日に寒さが感じられるころとなりました。季節の変わり目には風邪をひいたり、体調を崩しがちです。また、寒いと血管が収縮し、血圧も上がり易くなります。

皆さん、もうお分かりでしょうか。栄養士が血圧といえば、塩分（減塩）についてのお話です。「塩っぺい」が氣をつけてるかね」と聞くと、「みそ汁もあんまり飲まなくなったし、味も薄くなったでね」と返ってきます。では、実際にはどうなのか、測定することになりました。

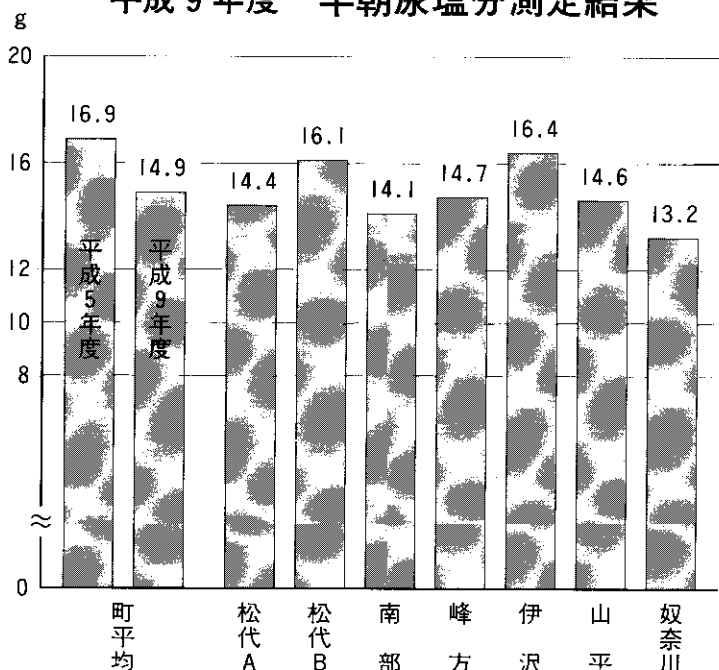
測定方法は、基本健康診査のお知らせ会の時に早朝尿（朝起きて一番の尿）を持ってきてもらい、尿中の塩分濃度を測定します。これで前日摂取した塩分の量が分かります。

平成5年度にも同様に測定したので、その結果と比べてみました。二・〇％減っています。数値からみても、減塩が普及されていることがうかがえました。

しかし、日本人の一日の目標値は一〇・〇％以下となっています。全国平均では、一三・二％です。このことと比べれば、まだ松代町は多めだということになります。

毎日三度の食事の中で、味つけを変えていくことは容易いようではないかという意見も聞かれました。

平成9年度 早朝尿塩分測定結果

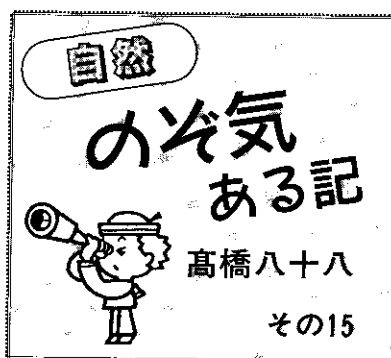


慣れていなければ忘れがちになります。保健婦、栄養士、生活改善推進委員さんの言葉に耳を傾け、減塩の二文字を忘れないでください。

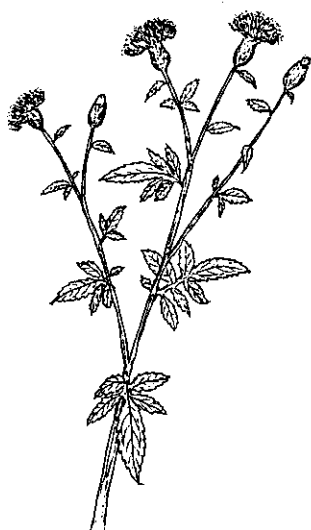
＊早朝尿塩分測定について  
今回の測定では、一人て一日一・五回の尿量があったと仮定して計算しました。

なお、グラフの中で、松代Aは大字松代を、また、松代Bは小荒戸、太平、菅刈、田沢、千年、池尻の区域をいいます。

## タムラソウ



秋も深まり山の草花が少なくなると、これといったものがなくなり寂しくなってきましたが、藪の中にポツと明かりが灯ったように赤い点が見えることがあります。



これはタムラソウといって、キク科の多年草ですが、アザミにそっくりのくせにアザミ属には関係ないタムラソウ属で独立しているのです。シソ科にアキノタムラソウというのがありますが、これにも無関係。

タムラソウというと田村草かと思われませんが、そうではなく語源は不明のことですから、田村さんではないのです。

花が美しく、枝ぶりがよいので「玉ぼうき」の別名がありますし、こいできて庭に植えてもよく生えて毎年咲いてくれるものですが、それほど繁殖するものでもありません。

こんな珍しく美しい花なのに案外、人は無関心で忙しがって動き回っているのです。

たまにはこんな草花に目を留めて、自然を満喫することも人生をエンジョイするうえに必要なものではありませんか？



## 妻有郷アートネットワークス

### 整備構想のご紹介

連載②

今回は「里創プラン」と「妻有郷アートネットワークス構想」の概要をご紹介しますが、今回は、この整備構想の目的などについてご紹介します。

## 構想の内容

本構想では、自然環境や地域の再発見を軸として、自らの資源を見直し活用すると共に圏域内外へ効果的にアピールし、地域の自立的な発展に結びつけることを基本構想として掲げています。

人類も本来自然の一部を形成しています。社会の様々な局面で大きな転換期を迎えつつある現在、人間と自然との関わり方をもう一度見つめ直すことが何よりも必要であるといえます。妻有郷は、本来の自然の姿を色濃く残している地域です。縄文の文化を育んだ信濃川やブナの森に代表される豊かな自然は、今も人々の生活や精神文化の重要な位置を占めています。

美しい棚田は千年以上にもわたる人と自然の関わりの中で継承されてきました。

その自然を守り育てながら明日を担う人材を育成し、地域資源の再発見により、圏域六市町村の活性化を図ることが大きな課題と考えます。

## 構想の目的

次の四つが本構想の目的です。

### ① 地域に対する誇りと愛着の形成

この地域にある自然、文化、伝統等地域の魅力を再発見し、住み続けるための展望と夢を創り上げ、地域住民の自信を取り戻し、地域への愛着を深めます。

### ② 地域の魅力増進

新たな仕掛けやイベントの創造により、地域の持つ魅力をよ

り豊かなものにし、世界に誇り得る美しい里づくりを目指します。

### ③ 産業振興

地域の人材や魅力を活かし、地場産業の新たな展開と発展を図ります。

### ④ 交流人口・定住人口の増加

魅力の増進によってより多くの人々が地域を訪れるようにすると同時に、豊かな気持ちでこの地域に住み続ける人々が増え、いくことを目指します。

## 構想の特色

### ① ソフトの重視

公共投資によるハード（施設）の整備に主眼を置くのではなく、でき上がったハードを組み合わせて何をするか、ハードを通じてどのような人材を育成し、何を発信していくのか、といったソフトの整備を第一に考えていきます。これは、地域の活力を持続させていくためにはハードよりも、まずソフトの充実が不可欠と考えているからです。

### ② 広域プロジェクトであること

本構想は、全国でも珍しい県と市町村の連携による広域にわたる計画です。異なった歴史的背景、文化、問題点を持つ六つ

の市町村がそれぞれの独自性を維持しながら、相互に補完し合いながら連携し、広域全体として新しい魅力を発信することが期待できます。

### ③ 全員参加

本構想は、十年にわたって展開される長期的事業であり、事業を遂行する過程を地域振興の目的のうえで重視しています。

この作業には、地域住民がそれぞれの特技を活かした形で関わり、全員参加で取り組んでいく過程そのものが、将来を担う人材の育成と真の活力を生む契機になるものと考えます。

### ④ 発見

本構想の具体的な事業は、様々な分野の専門家による妻有郷の徹底的な調査によって始まります。その調査項目は、地質、生態系、歴史、社会構造、産業構造、景観など多岐にわたります。それと平行して、妻有郷八万人の全員参加を呼びかけ、更に全国からの参加者による「妻有郷のステキ」を発見していく企画が行われます。これは、地域の独自性の確立や魅力増進という目的のために、妻有郷の現実を認識し、普段隠されている姿を明らかにする必要があるからです。

## 暮らしのワンポイント

### 歯プランの選び方 歯のみがき方

小さめのブラシで  
すみずみまで

歯を健康に保つには、毎日の歯磨きが欠かせません。でも、その前に使いやすい歯ブラシを選ぶことも大切です。

ていねいに磨くためには、やや小さめの歯ブラシを選ぶことがポイントのようで、ブラシ部分が大き過ぎると口の中で自由に動かず、磨き残しの原因になります。大きさは、下の前歯の裏側に横にして入れられる程度のものが適当です。

ブラシの毛は四列より三列のものが良いでしょう。幅が厚く毛が密集しすぎていると、狭いすき間の汚れを落としにくくなります。

毛の硬さは「ふつう」か「ややわらかめ」、毛先は鋭くないものを選びます。毛が硬すぎたり鋭かったりすると、歯肉を傷つけるばかりか、大切な歯までも削ってしまうことがあります。

次に歯の磨き方です。歯磨き



## ⑤ 応援団

本構想には、地域の内外、国の内外を問わずに、建築、芸術、コミュニケーションデザイン等の文化的諸部門や、地球環境、生態学歴史等の学術的諸部門から多くの専門家にもこの構想に参加してもらいます。こうした「応援団」は、妻有郷と世界との交流を促進するとともに、「中山間地」のモデルケースとして広く国の内外に発信していくための大きな力となります。

## ⑥ おもしろいイベント

恒常的に行われるワークショップや体験教室、講座、三年に一度行われる「大地の芸術祭」(アトリエンナーレ)など妻有郷の自然の魅力を十分に活かした楽しいイベントによって構想を活性化します。これらのイベントは、妻有郷の魅力を地域外に宣伝して交流人口の増加を図るとともに、長期にわたる構想において住民の盛り上がりを持続するための重要な役割を担います。

## ⑦ 世界に発信する

自然体感型ふれあい文化施設 (ステージ)  
ステージと呼ばれる体験型の文化施設を各市町村に建設していきます。各施設は、それぞれの特色を有する文化的活動の地

域での拠点となり、これらの活動を世界に誇り得るようなレベルにまで高め発信していきます。また、自然を体感できる環境の中での活動を通じて、明日の地域や世界を担う人材を育成していきます。

## ⑧ 芸術(アート)の活用

本構想の重要な特色のひとつとして、芸術の活用ということがあります。時代を越えて受け継がれていく芸術には、地域振興に役立ついくつかの特質が備わっています、それは……

### ★強い発信性

★実際にその場へ人を引きつけるという空間性(現場性)

★物の普段見過ごされがちな部分を人々の目の前に引き出すという意味での発見性です。

本構想では、これらの特質を存分に発揮できるよう各事業に芸術を組み込んでいきます。

## ⑨ 既存の地域資源の利用

既存の施設や文化、伝統の優れた点を尊重し、本構想により新しく持ち込まれる要素とうまく連結させることによって、既存のものの魅力をこれまで以上に発揮させることができると考えています。すでにある施設の活用や、体験教室サマースクール等、本事業のプログラムとの連携による様々な展開を考えて

# 企画スタッフ募集!

## 写真「妻有郷のステキ発見」コンテスト

十日町地域ニューにいがた里創プラン・アートネットワーク整備構想では、妻有郷八万人のステキ発見」という写真コンテストを計画しております。

これは、十日町地域広域行政圏八万人の全員と圏域外の人々で「妻有のステキ」を発見しこれを国の内外にアピールしようとするものです。

写真コンテスト「妻有郷八万人のステキ発見」は、平成十年四月から平成十一年三月にかけて実施される予定です。この計画づくりに、広く圏域の住民の皆様よりご参加いただき、みなでこの事業を進

めていきたいと考えております。

ついでに、この企画を考えるスタッフを公募しております。募集内容は次のとおりです。あなたも「理想の里創り」に参加してみませんか。

【募集人数】 各市町村 若手名  
【応募資格】 どなたでも応募可能  
【締め切り】 11月25日(火)  
【申し込み】 松代町役場 企画係  
企画財政課 内線66  
☎ 7-2220

ういった意味での世界とのつながりを常に念頭において事業を進めていきます。

なお、里創プランについては十日町地域広域事務組合 企画振興課企画振興係  
☎ 〇二五七―五七―二六三七  
または、役場企画財政課企画係  
☎ 七―二二二〇まで  
お問い合わせください。

には、食べかすや歯垢を落とす目的のほかに歯ぐきをマッサ―ジして血行を良くし、歯周病を予防する効果もあります。ただし、力を入れてゴシゴシ磨くと歯や歯肉を傷つけてしまうので注意しましょう。

ブラッシングのかつての主流は、ブラシを回転させるローリング方法でしたが、最近では、毛先を横にこまかく動かすスクラビング法を勧める歯医者さんが多いようです。

磨き残が多いのは、歯と歯の間、歯と歯ぐきの間、上の奥歯の外側、下の奥歯の下側などで、歯並びの悪いところも要注意です。一日に一度は時間をかけて、すみずみまでいいねいにブラッシングしましょう。

歯と歯の間の掃除は、デンタルフロス(糸ようじタイプ)や歯間ブラシを併用すると、一層効果的です。



## 松代中学校 生徒会

空き缶のリサイクルで

アルミ製軽量 車イス 寄贈!

町社会福祉協議会へ

ました。

十月二十二日、松代中学校の生徒会から町社会福祉協議会にアルミ製の軽量な車椅子一台が寄贈されました。

松代中学校では、平成六年度から空き缶のリサイクルによる社会福祉施設への車椅子の寄付を目的に、アルミ缶の回収に全校が一丸となって取り組んでき

町社会福祉協議会長でもある関谷町長は、「三年半にも及ぶ生徒の努力の結晶に頭が下がります。贈呈していただいた立派な車椅子は、町内の障害者のために有効に使わせていただきます」と感謝していました。



生徒会の代表から車イスが贈られました。

## 町内就職者激励会

高校生の地元企業見学会も

十月九日、町内就職者激励会が開かれました。午後四時から

は、芝峠温泉フラワーガーデンパターゴルフ場で親善パターゴルフ大会、その後、交流会と激励会に二十五名の方が参加し、それぞれの職場の話題などで楽しい時間を過ごしていました。

U・Iターン、新卒者の地元就職者が増える中で、職種も年齢も異なることから、知り合う機会のないのが現状です。町内で共に就労している若者の仲間

づくりや交流の場の提供、そしてこれからの活躍を願って激励会が開催されました。

また、十月十六日には平成五年度から六回目となる「高校生の地元企業見学会」も二年生を対象に開催され、就職予定者など約三十人が町内企業を訪問し、地元企業への理解を深めていました。

町の活性化のために、若い力が期待されています。



▶芝峠での親善パターゴルフ。名前も知らず、はじめはまごつく方も……。

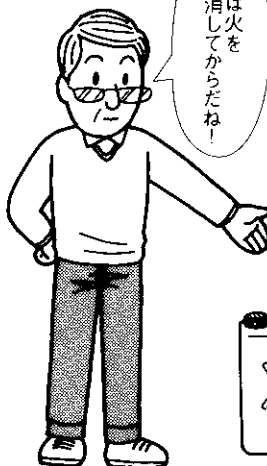


消子ちゃんのそこの知りたい住宅防火

Q 給油の時の注意点は?

A 面倒だからといって、火をつけたまま給油することは大変危険です。給油する前にはストーブの火を消しましょう。給油の後は燃料タンクのキャップをきちんと締めたかどうかを確認しましょう。

給油は火を消してからだね!



## 第3回

まつだいふるさと寄席

三遊亭楽太郎

【日時】 11月27日(木)

6時開場 開演6時半

【会場】

ふるさと会館 常春ホール

【入場料】

3,500円(当日4,000円)

【共催】 松代町・山彩

【問合せ】 松代町振興課

☎ 7-3000(ふるさと会館2F)

※小学生未満のお子様のご入場はご遠慮ください。

## ほくほく線開業記念カップ

### フアミリー網引き予選会

十月二十四日、松代町総合体育館において「第二回ほくほく線開業記念カップフアミリー網引き予選会」が行われました。参加は十八チーム（松代十一・松之山七）、成績は次のとおりでした。

優勝 深山エクスプレス  
準優勝 (株)大海組No.1  
三位 奴奈川スポーツ振興会B  
敢闘賞 松亭太鼓

なお、前記のチームは十一月八日に同総合体育館で行われる、



▲熱戦が続きました。

### 直江津信用金庫

#### 開店記念チャリティバザー売上金を

#### 町社会福祉協議会に寄付

十月十三日、まつだい駅近くに新規開店した直江津信用金庫松代支店様から、このほど町社会福祉協議会に開店記念イベントとして実施した、チャリティバザーの売上金七一、六〇〇円を社会福祉活動の一助にしたいと、ご寄付していただきました。



▶10月23日町長室にて

### アーチェリー大会

#### 秋季町長杯争奪戦

十月十八日(土)、晴天下の中、常設の城山アーチェリー会場において大会を開催しました。成績は次のとおりです。

優勝 五十嵐文夫  
二位 高橋 清  
三位 市川 健一  
心身を鍛える技 アーチェリー

誰でもアーチェリーになれる！  
アーチェリーはいたって静かなスポーツであり、力よりも技術が先行します。精神と肉体の調和がなによりも重要だとされ、体力差がさほど問われず競技ができますので、女性の方も男性にそう引けは取りません。我々の会にも高齢のアーチャーがいます。七十四歳で今なお現役、過去数回に及ぶ連続勝者です。会では初心者用に弓具も取り揃えており、入会を希望される方は、幹事高橋（清泉屋）まで連絡ください。  
練習場は、常設城山アーチェリー場と毎月二回、第一・第三水曜日体育館ピロティに特設して練習を行っておりますので気軽に声をかけてください。今から誰でもアーチャーになれます。皆様からのご入会をお待ちしています。

## 訂正と

### お詫び

先月号で字句に誤りがあり、関係者に変惑をかけたてしまいましたことをお詫びいたします。

12ページ最下段左から6行目

山岸政弘➡山岸弘政

14ページ最上段 園児の氏名

齋藤 優くん➡齊木 優ちゃん

14ページ最下段

ふるさと定住促進

報酬金➡報奨金（3か所）

15ページ左下6行目 最低賃金

1時間161円➡616円

16ページ右下 人口の動き

人口の合計4,167人➡4,617人

### 民事訴訟法の改正

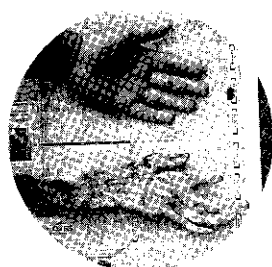
来月一月から施工

新しい民事訴訟法と民事訴訟規則が、平成十年一月一日から施行されます。

この民事訴訟法の下では、新しい争点整理のための手続きが設けられ、裁判所と当事者との活発な議論を通じて明らかにした争点に絞って審理が行われることとなります。電話会議装置やテレビ会議装置などの情報通信機器を利用して、遠方の当事者等が裁判所に出かける負担

を軽減することもできるようになります。また、比較的少額の金銭の支払いを求める紛争を、これに見合った時間と費用で解決する少額訴訟手続きも新たに設けられました。このように、民事裁判はテンポの速い現代社会のニーズに答えながら、より適性・迅速に紛争を解決するものになります。

裁判所は、民事裁判が新しい民事訴訟法の趣旨にかなう、国民の期待に一層応えるものになるよう、施行に向けて様々な準備に取り組んでいます。



女性の手のような山イモ  
(松代・鈴木昌芳さん)



ミョウガの中に真っ赤な  
花弁のようなものが……。  
(池之畑・市川八十八さん)



# 「サツキ」と私

志賀 茂

足立区在住

千年・伊勢屋出身



まりの不思議さに魅せられて、とうとうサツキの虜になってしまいました。

私がサツキを始めたころは、第二次サツキ全盛時代といわれた時で、珍しい品種、農林大臣受賞品種などが一芽千円の時代でした。私はほとんど先輩友人

から載いてさし芽から始めたものです。一時は百鉢ほど並べるに至りました。六年前、家を新築した際、四十鉢ほどに減らしました。残ったサツキは、今は二階のベランダに並べてあります。毎年立派に花を咲かせて、近所の人たちを楽しませております。

最近、私は体力の衰えを感じ、楽しいはずの盆栽の手入れも苦痛になってきました。一鉢二十鉢ある樹型作りは、鉢の重さだけで二十キログラムもあり、老人にはなかなかの苦痛です。十年位い前から、小盆栽に仕立てるべきだったと後悔しております。二十六年間、わが子のように丹精込めて作り上げたこのサツキ。あと何年生命永らえて美し

い花を咲かせてくれるだろうか。毎日、天気予報を気にしつつ手を加えております。手を加えれば加えるほど真正直に伝えてくれる、こんなサツキを私は大好きなんです。

皇月道楽二十六年  
真梢育生孫より愛情深し  
手を加えて疑わず恩愛の情  
加齢根張り出て  
大木の風格を観る

## 東京松代会

### 新会員の募集

申込先 (各地区の代表者)

|       |       |                |
|-------|-------|----------------|
| 松代地区  | 鈴木佐一郎 | ☎ 03-3924-6814 |
| 峰方地区  | 秋山 正三 | ☎ 03-3893-7979 |
| 伊沢地区  | 山岸 弘政 | ☎ 045-934-9584 |
| 山平地区  | 高橋 長松 | ☎ 0489-22-2975 |
| 奴奈川地区 | 小堀 満三 | ☎ 0425-72-4708 |

サツキには『水くれ三年』という諺がある。鹿沼土という水はけの良い土を使うので、外の植物より水が倍近く必要となります。最初の一・二年、水やりが少なく枯らす人が案外多く、三年間枯らさず水くれ培養できたサツキ盆栽は、十年、二十年と成長するそうです。

## 東京 だより



11/04総務、財務合同委員会  
於池袋 両委員長交代に伴う諸事務引き継ぎ

11/11企画委員会 於県人会館  
議①新年総会  
②会報第7号報告

### 《つとい》

10/18じょんのび会開催(旧峠小学校区) 来年は15回を記念して一泊旅行を計画  
会長牧田信治

11/15東京牧村会 第2回総会  
於上野精養軒

11/14~16 入場無料「ニューにいがたの祭典」東京ドームに大波がやってくる

### 《趣味の会》

つり 10/11~12 柏崎でサヨリ釣り結果300尾 参 8名

ゴルフ 10/17 上越国際十日町コースコンペ 優勝(室野) 佐藤 健(43:51)  
二位関谷則男三位相澤勇

観劇 12/7 文楽教室(入門)「俊寛」出演は人間国宝の吉田玉男

世市川昭二 ☎ 03-3999-3001  
ハイキング 11/9 御岳山を散策  
伊沢会と合同で

カラオケ 11/30 カラオケ大会  
於関谷孝宅

画片山徳重 ☎ 045-501-5984  
《ひろば》

10/15 東京中央郵便局長小堀一男さん(蒲生)秋の宮中園遊会に出席

コスモスの乱れるままに遊園地  
コンバイン娘の背なの<sup>たくま</sup>遅しき  
八千代  
秋風や待合室に鳩時計  
辰風  
六花  
リハビリの老母の杖に秋の風  
紅茶  
軽快な機械の音や豊の秋  
千登世  
きりもなく銀杏落葉や今朝も掃  
とし子  
灯を消して妻と二人の月見酒  
淡水  
敬老の日の祝辞終へ眼鏡とる  
枯水

いち早く野分捕らへし幟旗 （のゝぼり）  
三代  
新そばを打つ手際よき味のよき  
貞子  
葛の花旧街道やぬれ佛  
公鳴  
城山の一望千里紅葉晴れ （もみじ）  
昌弘  
蒲生句会  
金魚かと思れば真赤な落葉かな  
泥水  
聞き役になって終りし夜長かな  
ふさ女  
日の光さんさん浴びて笑ひ茸  
月日  
大根の素直にならず曲がりけり  
鐵堂  
峠行く鳥急かせる秋日暮れ （たけくら）  
耕人  
捨て難く秋蛙を塗る棚田かな  
折人

栗強飯おむ食べてよろこぶ誕生日  
 稲架解はきかれ晩鐘村を滑りゆく 翔山  
 蜻蛉とんぼうに夕空みんなあけわたす 耕山  
 龍峰

短歌

群鷄にうとんぜらるる若き雄  
 逃げの姿勢で餌をついばむ 本山 祖道  
 あちこちで光る玉露すべり落ち  
 里芋の葉がゆらゆらとする 市川 辰雄  
 雲の間にようやく見えし槍ヶ岳  
 をカメラ片手にしばし眺める 関谷 義人  
 その昔うましと食はみし芋茎も今  
 はどうしてさほど思えず 柳 コメ  
 遠山に雪の降りしか青空のぬけ  
 たる朝の息深く吸ふ 野石 念

ツル  
リ  
ン  
ド  
ウ

(リンドウ科)

莖は、つる性で一尺以上になり、地をはったりに巻きついたりする。葉は、長さが七、八寸くらいの卵形を帯びた長三角



形状であり、先の方はとがる。花は、葉の付け根に花冠の先が五つに裂けたツリガネ形のものをつける。花の色はうす紫。果実は、だ円状の球形で赤紫色に熟し、光沢があり美しい。

有段をめざして

出題 九段 北村昌男  
● ヒント…持駒の角はいつ打つ  
でしようか。  
10分で一級、6分で二段。

[illegible][illegible]

おっきくなったら  
なんになる…?

保育園 きいろ組さん

みんなで  
応援してネ!

「……」  
教えない



たくおくん  
菅井卓穂  
4歳  
名平・かみや

「……」  
ケーキ屋さん



さやかちゃん  
柳沙綾果  
4歳  
犬伏・まさきち

ゴメンネ/優ちゃん



中子・けんぼ  
齋木 優ちゃん

先月号では名前に誤りがありました。許してネ!

## 糖尿病教室

ご案内

県立松代病院において、糖尿病についての話、食事や薬、日常生活について下記のとおりご相談に応じています。お気軽にお出でください。

【場所】松代病院3階会議室

【日時・内容・担当者】

①11月26日(水) PM 1:30~3:00

☆薬物療法について

☆日常生活について

(内科看護婦・椿薬剤部長)

②12月2日(火) AM 8:30~10:00

☆糖尿病について

☆食事療法について

(登坂院長・小林栄養士)

④12月16日(火) AM 8:30~10:00

☆日常生活について

☆薬物療法について

(内科看護婦・椿薬剤部長)

③12月10日(水) AM 8:30~10:00

☆糖尿病について

☆食事療法について

(田中医師・小林栄養士)

ご希望の方は、電話で「内科外来」までお知らせください。予約いたします。☎ 7-2100

## えぷろんクッキング教室

《11月18日(火) 10:30~13:30》

「ちょっと早い

クリスマスケーキづくり」

《場所》十日町市宮田町1-5

東北電力㈱十日町営業所クッキングスタジオ「えぷろん」

《参加費》500円

《定員》18名 エプロン持参

《申込先》☎ 0257-52-3107

— 中学校卒業生対象 —

## 自衛隊生徒

募集案内

専門技術者としての陸・海・空曹を育成するため、中学校の卒業生を対象とした制度です。

【応募資格】

昭和56年4月2日から、昭和58年4月1日生まれの男子

【受付期間】

平成10年1月4日まで

【一次試験】平成10年1月5日

【試験場】

上越市本町 高田募集事務所

【試験科目】国語・社会・数学  
理科・英語

【一次発表】平成10年1月16日

【待遇】4年間の教育期間で、3年終了時に高等学校卒業資格が取得できます。

身分：特別国家公務員 俸給：月額約15万円、ボーナス支給

【問合せ】防衛庁 自衛隊高田募集事務所 ☎ 0255-23-5519

上越市本町6-1-23高田館ビル2F

— 21世紀 NIIGATA —

## 新時代シンポジウム

国際化、高齢化、情報化、ゆとりと豊かさへの志向など、今日の社会経済情勢はこれまでに大きく変化しています。

こうした時代潮流をしっかりととらえ、21世紀に向けた新潟県のあり方を県民参加のもとで考えていくために、毎年このシンポジウムを開催しています。

【日時】11月26日(水) 13:30~

【会場】ホテル新潟 芙蓉の間

【基調講演】「私の好奇心」

講師 阿刀田 高(作家)

【パネルディスカッション】

パネリスト 安塚町公民館長他

【申込み・問合せ】

電話、ハガキ、FAXで申込みのこと(先着600名)

〒950-70 新潟県庁企画課

☎ 025-285-5511

FAX 025-285-3790

宝くじの収益金は、私たちの街の公共事業に役立てられています。

★ 第373回全国自治宝くじ ★

★ 1等前後賞合わせて ★

★ 1億5,000万円 ★

1等6,000万円×228本  
前後賞各4,500万円×456本

★ 発売期間 12月1日(月)~12月25日(木) ★

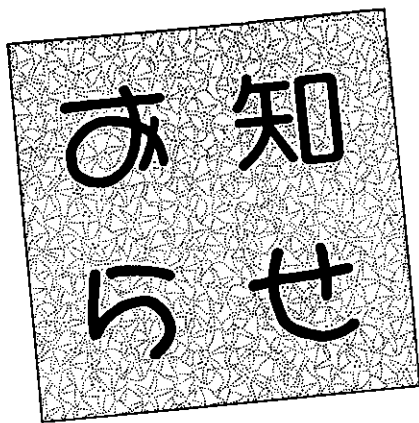
(発売総額2,280億円・76ユニットの場合)

|          |         |             |
|----------|---------|-------------|
| 1等       | 6,000万円 | 228本        |
| 1等の前後賞   | 4,500万円 | 456本        |
| 1等の超過払い賞 | 10万円    | 22,572本     |
| 2等       | 1,000万円 | 228本        |
| 3等       | 100万円   | 3,600本      |
| 4等       | 5万円     | 228,000本    |
| 5等       | 1万円     | 760,000本    |
| 6等       | 3,000円  | 7,600,000本  |
| 7等       | 300円    | 76,000,000本 |

★ 抽せん日: 12月31日(水) ★

1枚300円  
お問い合わせ先: tel. 03-3598-3771  
※ 全国都道府県及び12指定都市

宝くじ



## 補聴器の

### 無料相談会

補聴器の無料相談会を、次のとおり開催します。

【日時】11月20日(木)

午後2時～3時30分

【会場】渡海荘 ☎ 7-3516

【その他】身体障害者手帳をお持ちの方は、その手帳と印鑑を持参してください。

【問合せ】役場住民課

社会福祉係 ☎ 7-2220

### 出稼ぎ者のみなさんへ

国保から社保に保険証の変わる人は、早めに届け出をお願いいたします。

◎国保への届出は14日以内に

|       | こんなとき                    | 持参するもの            |
|-------|--------------------------|-------------------|
| 国保に加入 | 他市区町村から転入してきたとき          | 印かん、転出証明書         |
|       | 他の健康保険を脱退したとき            | 印かん、健保の離脱証明書      |
|       | 生活保護を受けなくなったとき           | 印かん、保護廃止決定通知書     |
|       | 子どもが生まれたとき               | 印かん、保険証、母子健康手帳    |
| 国保を脱退 | 他市区町村へ転出したとき             | 印かん、保険証           |
|       | 他の健康保険に加入したとき            | 印かん、国保と健保の保険証     |
|       | 生活保護を受けることになったとき         | 印かん、保険証、保護開始決定通知書 |
|       | 死亡したとき                   | 印かん、保険証、死亡を証明するもの |
| その他   | ④修学のため、子どもが他の市区町村に下宿するとき | 印かん、保険証、在学証明書     |
|       | ⑤長期旅行などで別個の保険証がほしいとき     | 印かん、保険証           |

## 国の教育ローン 年金教育資金貸付

この貸付制度は、年金積立金を原資とした還元融資の一環として、厚生年金保険及び、国民年金に10年以上加入している方が、入学時や在学中の教育費を低利で借りることができる制度です。

また、この貸付は、国民金融公庫の一般教育ローンとの併用もできます。

### ＜融資金額＞

(学生・生徒1人につき)

厚生年金保険加入中の方

100万円以内

国民年金加入中の方

50万円以内

### ＜融資利率＞年 2.7%

(平成9年10月7日現在)

＜返済期間＞8年以内(据置期間は在学期間内で最長4年)

### ＜申込み・問合せ＞

(社)新潟県年金福祉協会

☎ 025-241-6800

## 県立自然科学館が 臨時休館

建物の改修工事と一部展示品の更新作業を行うため、

平成9年12月15日(月)から

平成10年3月14日(土)まで

臨時休館させていただきます。

なお、3月15日(日)から、太陽光や風力、波力などを利用した新エネルギー関連の新しい展示品を整備し、オープンする予定です。ご期待ください。

### 《問合せ》

企画普及課 ☎ 025-283-3331

## 第18回町長杯争奪 バレーボール大会

町総合体育館 10月12日

優勝 松代若者チーム

準優勝 松之山昇勢会

3位 松代愛好会

4位 室野Bチーム

5位 スーパーホップス

6位 室野Aチーム

## (財)新潟県女性財団 賛助会員募集!

### 《入会資格》

新潟県女性財団の活動に賛同される個人、団体、法人など

### 《賛助会費》(年会費、1口)

個人会員 2,000円

団体会員 5,000円

法人会員 20,000円

### 《申込期間》 随時

### 《申込み、問合せ》

財団法人 新潟県女性財団

〒950 新潟市上所2-2-2

新潟ユニゾンプラザ ☎ 025-285-6610

## 中越のこれからの道づくりに ご意見・ご提案を お待ちしております。

### 中越・道ビジョン懇談会

### ■「中越・道ビジョン」(案)を

入手(無料)したい方は、以下にお問い合わせください。

◇建設省長岡国道工事事務所 調査課 ☎ 0258-36-4551

◇新潟県安塚土木事務所計画 調整課 ☎ 02559-2-3851

◇役場 建設課 TEL 7-2220

### ■公募期間 11月21日(金)まで

■ご意見の提出方法 下記及び中越・道ビジョン(案)のパンフの中に、はがきがついていますのでご意見・ご提案をご記入のうえ、ご投函ください。建設省北陸地方建設局

長岡国道工事事務所 調査課

FAX 0258-34-3186 E-mail

chokokub@niigata-inet.or.jp



### ▲懇談会の様子です

(10月17日 レポート十日町)



# 戸籍の窓口

(9月26日～10月25日)

## 幸せ多い人生を(婚姻)

高橋 正美・古川 雅恵さん  
(蒔平・いえのやま)  
本柳 学・小島美恵子さん  
(松代・つねさかや)  
小島 功・高橋 和美さん  
(犬伏・へいじろう)

## げんきな良い子に(出生)

武田 芽衣さん・桂一・利恵子さん  
(女の子・松代・釜田住宅)  
小島 開さん・昭夫・美津子さん  
(男の子・松代・釜田住宅)

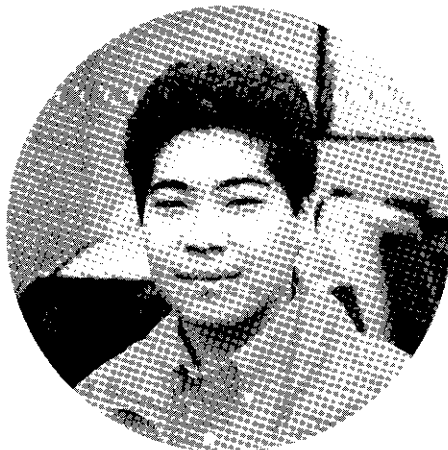
## ご冥福を祈ります(死亡)

齋藤謙太郎さん 85歳  
(田野倉・きゅうしち)  
市川 広治さん 96歳  
(田澤・ひのや)  
佐藤 悌二さん 60歳  
(儀明・よえん)  
山岸 義政さん 80歳  
(片桐山・あらやしき)  
佐藤 達榮さん 80歳  
(松代・たつたや)  
岩瀬セツ子さん 54歳  
(太平・よぜん)  
柳 榮策さん 86歳  
(千年・こぜん)

## ことわざ

### \*頭寒足熱

頭はのぼせないように冷やし、足は温めて寝るのが健康の秘訣であるということ。



滝澤伸幸さん  
(松代)

皆さん！こんにちは。松代に帰ってきて早いものでもうじき四年近くになります。今は、前田屋給油所で仕事をしていますが、私については、たぶん知っている人も多いと思います。私は今、独り暮らしをしています。母は今年の四月に他界し、炊事、洗濯を自分でしている毎日です。周りの人からは「早く結婚しろ」と言われますが「相手がいない」と言っただけです。独り暮らしになってからは、あまり家にいないので携帯電話がとても役立っています。少し前までは松代に携帯電話のアンテナが無く「不便だな」と思う毎日でしたが、現在では松代のどこでも使えるようになり、とても便利です。私はブライベイトだけではなく、配達等で外に出る仕事柄、その仕事の面でもとても役立っています。さらに

これからはポケベルのアンテナも建つということで、松代町もどんどん便利になっていくようです。今年からスキー場の第二リフトがオープンすると聞きました。が、町外の利用者もますます増えていくことでしょう。今後、松代町が大きく発展し、通信分野での事情が大きく変わっていくことを願います。PHSを始め各社の携帯の使用などの促進に力を入れていただけたらなあと、思います。最後に、これからの季節は寒くなるばかりです。お体に充分気をつけて頑張りましょう。



## 編集後記

▼類は友を呼ぶという諺がありますが、先月中旬「秋山記行を読んで歩こう」という津南町の企画に参加しました。鎌倉、川崎、金沢など全国から鈴木牧之、秋山郷を訪ねる方がこんなに多いとは…。私は講師が中学校の恩師というだけで参加したのですが、一泊二日だけですっかり牧之ファンになってしまいました。▼ロ・マン24も県内各地から多数のランナーが集い、二十四時間のドラマを創りあげていただきました。選手だけで五百二十人とは…。気質や趣味を同じくする者の集まりは見ているだけで楽しくなります。あなたの趣味はいかがですか。▼先月号では大きなミスが相次ぎ、関係者には大変なご迷惑をおかけしました。謹んでお詫び申し上げます。今月こそは何事ありませんように。

男 2,279 人 (-9人)  
女 2,321 人 (-8人)  
計 4,600 人 (-17人)  
世帯数 1,453世帯(-6世帯)

出生 2人 死亡 6人  
転入 2人 転出 15人  
(9年10月末日現在)

## 人口の動き

## 便利な携帯電話

皆さん！こんにちは。松代に帰ってきて早いものでもうじき四年近くになります。今は、前田屋給油所で仕事をしていますが、私については、

これからはポケベルのアンテナも建つということで、松代町もどんどん便利になっていくようです。